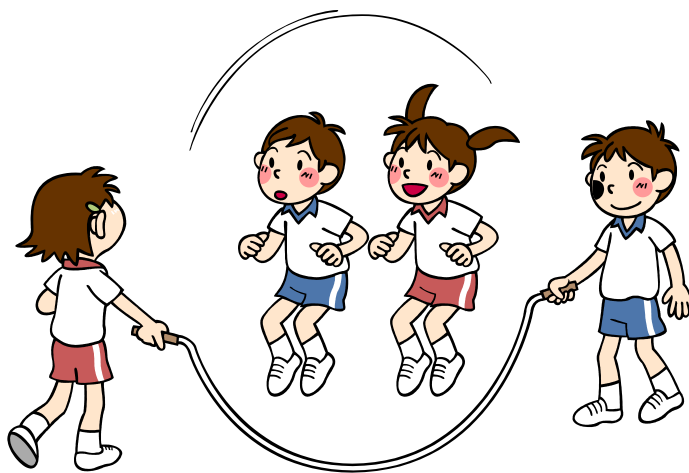


小学校学習指導要領解説Q&A 体育科



教
学
一
如

教えることは 学ぶことである
学び続ける教職員に



鹿児島県総合教育センター

学習指導要領解説 Q & A について

平成29年3月に公示された学習指導要領について、「教科の『見方・考え方』を働かせる授業って?」「知識の理解の質を高めるとは?」といった先生方の疑問や知りたいことなどを、教科等別にQ & A形式でまとめました。

このQ & Aは、改訂された学習指導要領がこれまでとどんなところが変わったのかを中心にまとめています。



1 ダイジェスト

見開きで改訂のポイントをまとめてあるので、教科等の授業を行う上で大事なことは何かがすぐに分かります。

2 Q&A

コラム欄やワンポイントアドバイス、図、表などを取り入れ、分かりやすく読みやすい内容で解説しています。

Q6 内容Bの食生活「(2)調理の基礎」で、ゆでる材料「じゃがいもなど」と指定されたのは、なぜですか。

A5 ゆでる材料として、水からゆでるものと凍らせてからゆでるものゆでることによってゆでかたが異なるものは、多くの量を食べることができ調理の特性を理解できるようにするためです。

「教科等の目標や内容」、「主体的・対話的に深い学びの授業改善」等について、Q & A形式で分かりやすく解説しています。

ここでは、「答え (Answer)」に係る補足説明や参考資料などが掲載してあるので、「答え」の理由や根拠などが分かります。

3 活用法

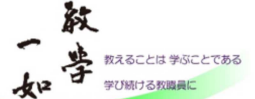
日頃の授業や校内研修、市町村教育委員会や教育事務所主催の研修会、教科等別の教育研究会等で是非活用してください。必要な部分だけでも印刷・ダウンロードできます。

学習指導要領解説体育編 Q & A

～目 次～

Q 1	体育科の改訂の基本的な考え方はどのようなことですか。……………	1
Q 2	体育科の改善の具体的事項はどのようなことですか。……………	2
Q 3	体育科の目標はどのように設定されていますか。……………	3
Q 4	体育科の各学年の目標はどのように設定されていますか。……………	4
Q 5	体育科の育成すべき資質・能力(「知識及び技能」,「思考力, 判断力, 表現力等」, 「学びに向かう力, 人間性等」)とはどのようなことですか。……………	5
Q 6	体育や保健の見方・考え方とはどのようなことですか。……………	6
Q 7	指導計画の作成において留意することは何ですか。……………	7
Q 8	体づくり運動系の学習に求められていることは何ですか。……………	8
Q 9	器械運動系の学習に求められていることは何ですか。……………	9
Q 10	陸上運動系の学習に求められていることは何ですか。……………	10
Q 11	水泳運動系の学習に求められていることは何ですか。……………	11
Q 12	ボール運動系の学習に求められていることは何ですか。……………	12
Q 13	表現運動系の学習に求められていることは何ですか。……………	13
Q 14	保健領域の内容はどのようになっていますか……………	14

小学校体育科改訂のポイント



児童一人一人が、生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを実現する資質・能力を確実に育成するために、体育の授業はどうあるべきかについて解説します。

★ これからの体育は

ポイント 1

運動やスポーツが楽しい！ 健康っていいな！
とを感じる授業を目指します!!



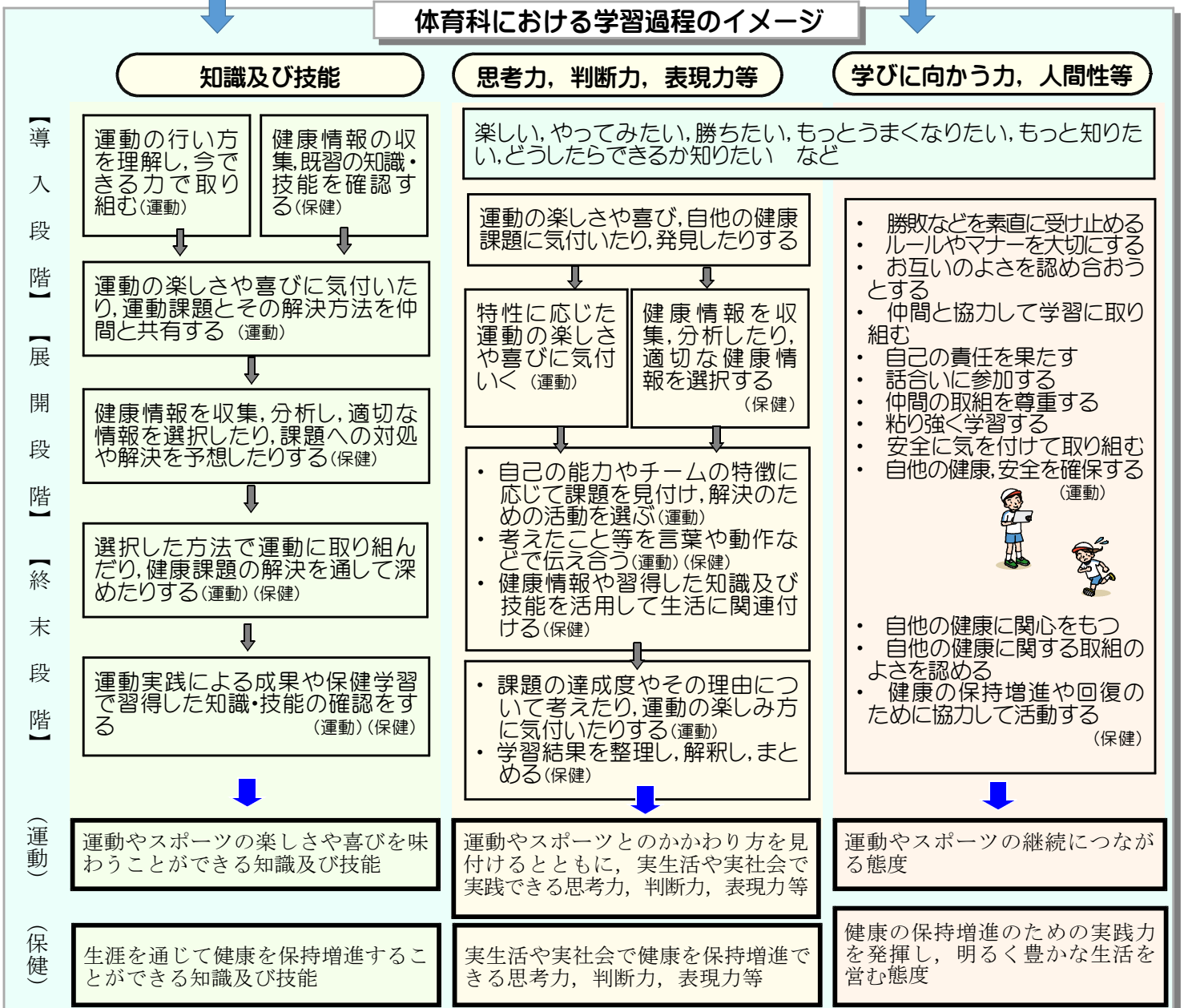
体育や保健の見方・考え方を働かせることを通して、三つの資質・能力を育成するための学習過程の改善を図ることが大切です。そこで、学習過程のイメージをもちましょう。

【体育や保健の見方・考え方】

「体育の見方・考え方」とは、運動やスポーツをその価値や特性に着目して、楽しさや喜びとともに体力の向上に果たす役割の視点から捉え、自己の特性等に応じた『する・みる・支える・知る』の多様な関わり方と関連付けることです。

「保健の見方・考え方」とは、個人及び社会生活における課題や情報を、健康や安全に関する原則や概念に着目して捉え、疾病等のリスクの軽減や生活の質の向上、健康を支える環境づくりと関連付けることです。

体育科における学習過程のイメージ



運動領域における学習過程の例

運動領域では、運動課題を見付け、その解決に向けて仲間とともに運動の行い方を考えたり伝え合ったりする学習を通して(運動をしたい、できるようにになりたい、勝ちたいなどの思いを持たせ)運動・スポーツの楽しさや喜びを味わい、体力の向上につながるようになります。

- 易しい運動から取り組む
- 自己の思いや願い、体力や技能に応じて、目標をもつ
- 目標に向けた運動課題とその解決方法を知る
- 自己の能力やチームの特徴に応じて課題を選び、課題解決のための活動を決める
- 決めた活動に取り組む
- 成果を確認し、振り返る
- 次時の課題に向けて取り組む

実生活や社会に生かす

保健領域における学習過程の例

- 健康課題に気付いたり、発見したりする
- 健康情報の収集、分析、選択をする
- 課題解決の見直しをもつ
- 課題解決に必要な知識・技能の習得に取り組む
- 課題の解決を通して、生活の改善に生かす工夫をする
- まとめ・振り返りをする
- 次時の課題に向けて取り組む

保健領域では、健康課題について、様々な健康情報等を仲間と共有し、分析、収集、選択するなど、課題解決に向けて考えたり伝え合ったりする学習を通して、自他の健康に関心をもち、日常生活につなげるようになります。



ポイント 2

★これからの体育は「主体的・対話的で深い学び」の視点で授業改善を図ることが大切です。



「主体的な学び」・「対話的な学び」・「深い学び」を意識していますか？

【主体的な学び】	【対話的な学び】	【深い学び】
運動の楽しさや健康の意義を見付け、運動や健康についての興味や関心を高め、課題の解決に向けて粘り強く自ら取り組み、それを考察するとともに学習を振り返り、課題を修正したり新たな課題を設定したりする「主体的な学び」になっていますか。	運動や健康についての課題の解決に向けて、児童が他者との対話を通して、自己の思考を広げたり深めたりし、課題の解決を目指して、協働的な学習に取り組むなどの「対話的な学び」になっていますか。	主体的・対話的な学びの過程を通して、自己の運動や健康についての課題を見付け、解決に向けて試行錯誤を重ねながら、思考を深め、よりよく解決するための「深い学び」になっていますか。

授業改善を図る際は、全ての児童が、楽しく、安心して運動に取り組むことができるようにし、児童一人一人の実態に応じた指導の在り方について配慮することが大切です。

「運動が苦手な児童」や「運動に意欲的でない児童」への配慮例を手がかりにして授業改善を図ることが大切です。

学習指導要領解説体育編に示されていますが、配慮例は様々です。運動の場の設定や時間、回数、補助の仕方などの視点が大切です。また、相互に称賛する雰囲気づくりにも努めましょう。

より運動好きにするためにも「**技や技能の程度が高い児童**」に対する手立ても工夫しましょう。

児童の「**学習活動を行う場合に生じる困難さ**」に応じて運動(遊び)の行い方を工夫することも大切です。

「**障害のある児童**」に対する配慮の例です。

活動の場や補助の仕方など配慮の例は様々です。困難さに応じた手立てを講じることが大切です。

◆ 「運動が苦手な児童」への配慮例

〔第3学年・第4学年：走・跳の運動〕

- 周回リレーにおいてタイミングよくバトンを受け渡すことが苦手な児童には、追いかけ走やコーナー走で受渡しをするなどの配慮をする。

◆ 「運動に意欲的でない児童」への配慮例

〔第5学年・第6学年：器械運動〕

- 技に対する苦手意識が強い児童には、必要な体の動かし方や運動感覚が身に付くように、取り組む技と類似した動き方をする運動遊びに取り組む時間や場を設定するなどの配慮をする。

★ 「技や技能の程度が高い児童」への配慮の例

〔第5学年・第6学年：水泳運動〕

- クロールや平泳ぎが50m以上泳ぐことができる児童には、設定した距離をより少ないストローク数で泳ぐことに挑戦する場を設定するなどの配慮をする。

◆ 「障害のある児童」に対する配慮例

- 複雑な動きをしたり、バランスを取ったりすることに困難がある場合には、極度の不器用さや動きを組み立てることへの苦手さがあることが考えられるので、動きを細分化して指導したり、適切な補助をしながら行うなどの配慮をする。
- 勝ち負けに過度にこだわったり、負けた際に感情を抑えられなかったりする場合には、活動の見直しを立ててから活動させたり、勝ったときや負けたときの表現の仕方を事前に確認するなどの配慮をする。

体育科

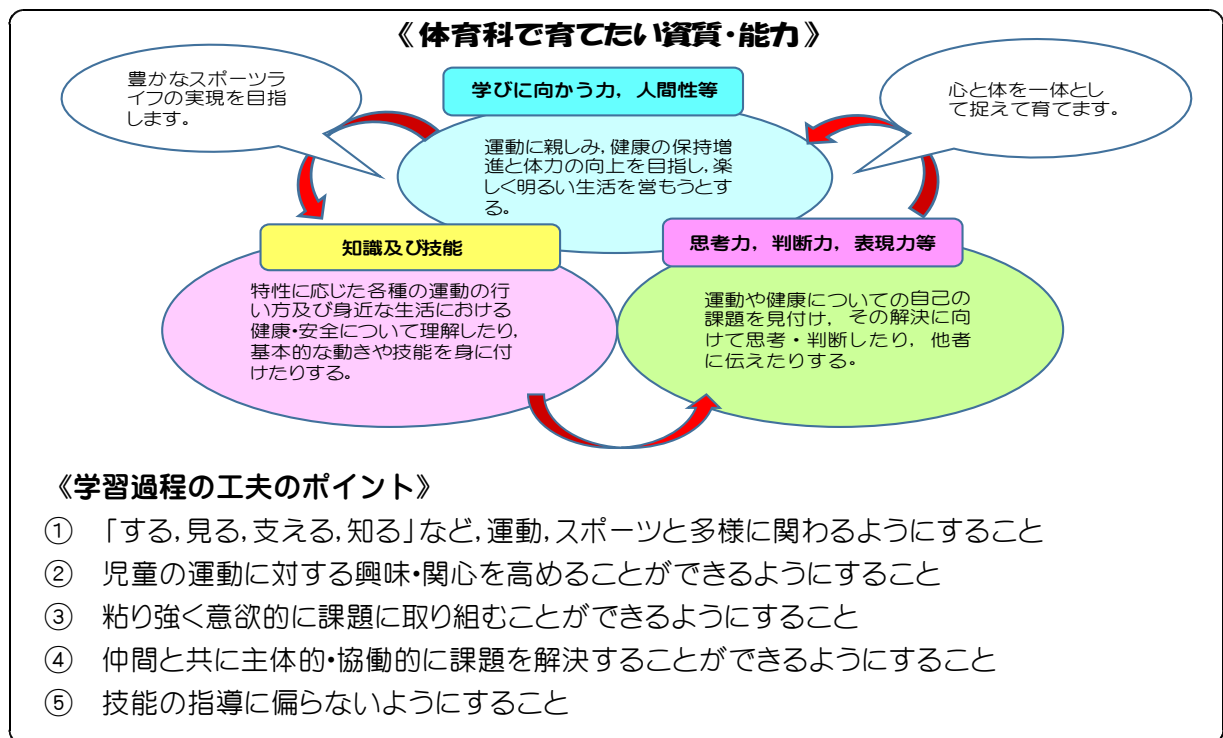
(小学校)

Q 1 体育科の改訂の基本的な考え方はどのようなことですか。

A 1 体育科の改訂の基本的な考え方として、一つには、運動や健康に関する課題を発見し、その解決を図る主体的・協働的な学習を通して、「知識及び技能」、「思考力、判断力、表現力等」、「学びに向かう力、人間性等」を育成することです。二つには、三つの資質・能力の関係性を重視した学習過程を工夫することです。三つには、指導内容について、小学校、中学校、高等学校を通じて系統性のある指導ができるようにすることです。
つまり、授業改善を図ることが大切です。

「体育科で育てたい資質・能力」と「学習過程の工夫のポイント」

授業改善を図るためにまず大切なことは、資質・能力の関係性を重視することです。そして、学習過程を工夫する時には、以下の五つのポイントが大切です。



「12年間を見据えた指導の系統性」

小学校		中学校		高等学校
1～4年	5, 6年	1, 2年	3年	入学年次・次の年次 それ以降
各種の運動の基礎を培う 時期	多くの領域の学習を経験 する時期	卒業後も運動やスポーツ に多様な形で関わるこ とができるようにする時期		

Q 2 体育科の改善の具体的事項はどのようなことですか。

A 2 体育科の改善の具体的事項は、一つに、全ての児童が、楽しく、安心して運動に取り組むことができるようにし、その結果として体力の向上につながる指導等の在り方について改善を図ることです。そのために、運動が苦手な児童や運動に意欲的でない児童への指導の在り方について配慮することが必要です。また、オリンピック・パラリンピックに関する指導の充実を図ることも大切です。

二つに、保健領域については運動領域と一層の関連を図ることです。特に、「心の健康」、「けがの防止」では、「技能」の内容の改善を図ることが必要です。

三つに、体づくり運動系の学習を通して、様々な基本的な体の動きを身に付けさせ、健康や体力の状況に応じて体力を高める必要性を認識できるようにし、それ以外の運動領域においても、学習の成果として体力の向上を図るようにすることです。

運動が苦手な児童や運動に意欲的でない児童への配慮の例 (第1・2学年：体づくりの運動遊び)

- 心と体の変化に気付くことが苦手な児童には、表情を表す絵や感情を表すカードを示し、自己の心や体の変化がイメージできるようにするなどの配慮をする。
- 体を動かすことを好まない児童には、教室から友達と手をつないで体育館や運動場に移動するなど、授業前から友達と関わりながら自然に運動遊びに加わっていくことができるようにするなどの配慮をする。

オリンピック・パラリンピックに関する指導の充実

オリンピック・パラリンピックに関する指導は、資質・能力の「学びに向かう力、人間性等」のルール・マナーに関わってくることから、勝敗を認めたり、友達の考えを認めたりするなど、スポーツの意義や価値等について触れることができるように指導することが大切です。

【第1章 総説 2 体育科改訂の趣旨及び要点 (1)－③改善の具体的事項】

ア 運動領域においては、運動の楽しさや喜びを味わうための基礎的・基本的な『知識及び技能』、『思考力、判断力、表現力等』、『学びに向かう力、人間性等』の育成を重視する観点から、内容等の改善を図る。また、保健領域との一層の関連を図った内容等について改善を図る。

(ア) 全ての児童が、楽しく、安心して運動に取り組むことができるようにし、その結果として体力の向上につながる指導等の在り方について改善を図る。その際、特に、運動が苦手な児童や運動に意欲的でない児童への指導等の在り方について配慮する。

(イ) オリンピック・パラリンピックに関する指導の充実については、児童の発達の段階に応じて、ルールやマナーを遵守することの大切さをはじめ、スポーツの意義や価値等に触れることができるよう指導等の在り方について改善を図る。

イ 保健領域においては、身近な生活における健康・安全についての基礎的・基本的な『知識・技能』、『思考力、判断力、表現力等』、『学びに向かう力、人間性等』の育成を重視する観点から、内容等の改善を図る。その際、自己の健康の保持増進や回復等に関する内容を明確化するとともに、『技能』に関連して、心の健康、けがの防止の内容の改善を図る。また、運動領域との一層の関連を図った内容等について改善を図る。

※ 下線部：主な改訂箇所

体 育 科

(小学校)

Q 3 体育科の目標はどのように設定されていますか。

A 3 体育科の目標は、「生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力を育成すること」を目指し、各種の運動の行い方及び身近な生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な動きや技能である「知識及び技能」、運動や健康についての自己の課題を見付け、その解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える力である「思考力、判断力、表現力等」、運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上を目指し、楽しく明るい生活を営む態度である「学びに向かう力、人間性等」の三つの資質・能力で設定されています。

体育の学習で資質・能力を育成するためには、児童の発達段階、能力や適性、興味や関心等に応じて、児童が運動の楽しさや喜びを味わい、自ら考えたり工夫したりしながら運動の課題を解決するなどの学習が重要です。また、身近な生活における健康・安全に関心をもち、自ら考えたり、判断したりしながら、健康に関する課題を解決するなどの学習が重要です。

【第2章 体育科の目標及び内容 第1節 教科の目標及び内容 1 教科の目標】

体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を見付け、その解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。

- (1) その特性に応じた各種の運動の行い方及び身近な生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な動きや技能を身に付けるようにする。 (知識及び技能)
- (2) 運動や健康についての自己の課題を見付け、その解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える力を養う。 (思考力、判断力、表現力等)
- (3) 運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上を目指し、楽しく明るい生活を営む態度を養う。 (学びに向かう力、人間性等)

- 1 体育科の目標に示されている「知識及び技能」、「思考力、判断力、表現力等」「学びに向かう力、人間性等」の三つの資質・能力は、密接な関連をもたせた**学習過程を重視**しながら指導していくことが大切です。
- 2 体育や保健の見方・考え方を働かせることを通して、各種の運動がもたらす体の健康への効果はもとより**心の健康も運動と密接に関連**していることを実感できるようにし、生涯にわたって心身の健康を保持増進し**豊かなスポーツライフを実現**するための資質・能力を育むことが大切です。

体育科

(小学校)

Q 4 体育科の各学年の目標はどのように設定されていますか。

A 4 体育科の各学年の目標は、児童の発達の段階を考慮し、学習指導に弾力性をもたせることに配慮して、第1学年及び第2学年、第3学年及び第4学年、第5学年及び第6学年の低学年・中学年・高学年の三段階で設定しています。

学年の目標の比較

<p>知識及び技能</p>	<p>【第1学年及び第2学年】 各種の運動遊びの楽しさに触れ、その行い方を知るとともに、基本的な動きを身に付けるようにする。</p> <p>■</p> <p>【第3学年及び第4学年】 各種の運動の楽しさや喜びに触れ、その行い方及び健康で安全な生活や体の発育・発達について理解するとともに、基本的な動きや技能を身に付けるようにする。</p> <p>↓</p> <p>【第5学年及び第6学年】 各種の運動の楽しさや喜びを味わい、その行い方及び心の健康やけがの防止、病気の予防について理解するとともに、各種の運動の特性に応じた基本的な技能及び健康で安全な生活を営むための技能を身に付けるようにする。</p>
<p>思考力、判断力、表現力等</p>	<p>【第1学年及び第2学年】 各種の運動遊びの行い方を工夫するとともに、考えたことを他者に伝える力を養う。</p> <p>■</p> <p>【第3学年及び第4学年】 自己の運動や身近な生活における健康の課題を見付け、その解決のための方法や活動を工夫するとともに、考えたことを他者に伝える力を養う。</p> <p>↓</p> <p>【第5学年及び第6学年】 自己やグループの運動の課題や身近な健康に関わる課題を見付け、その解決のための方法や活動を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を養う。</p>
<p>学びに向かう力、人間性等</p>	<p>【第1学年及び第2学年】 各種の運動遊びに進んで取り組み、きまりを守り誰とでも仲良く運動をしたり、健康・安全に留意したりし、意欲的に運動をする態度を養う。</p> <p>■</p> <p>【第3学年及び第4学年】 各種の運動に進んで取り組み、きまりを守り誰とでも仲良く運動をしたり、友達の考えを認めたり、場や用具の安全に留意したりし、最後まで努力して運動をする態度を養う。また、健康の大切さに気付き、自己の健康の保持増進に進んで取り組む態度を養う。</p> <p>↓</p> <p>【第5学年及び第6学年】 各種の運動に積極的に取り組み、約束を守り助け合って運動をしたり、仲間の考えや取組を認めたり、場や用具の安全に留意したりし、自己の最善を尽くして運動をする態度を養う。また、健康・安全の大切さに気付き、自己の健康の保持増進や回復に進んで取り組む態度を養う。</p>

体 育 科

(小学校)

Q 5 体育科の育成すべき資質・能力（「知識及び技能」，「思考力，判断力，表現力等」，「学びに向かう力，人間性等」）とはどのようなことですか。

A 5 体育科で育成すべき「知識及び技能」とは、スポーツとの多様な関わり方を含めた運動やスポーツの行い方，身近な健康についての知識と各種の運動の基本的な動きや技能のことです。また，保健に関わる基本的な技能も含んでいます。

体育科で育成すべき「思考力，判断力，表現力等」とは，運動や健康についての自己の課題を見付け，その解決に向けて思考・判断し，他者に伝える力のことです。

体育科で育成すべき「学びに向かう力，人間性等」とは，運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上を目指し，楽しく明るい生活を営む態度のことです。

「スポーツとの多様な関わり方」

スポーツをすることだけでなく，競技会等を見たり，歴史を調べたり，あるいは大会等の運営を補助したりするといった関わり方を意味しています。その際，個々の体力や技能の程度，年齢や性別及び障害の有無にかかわらず，多様な関わり方を共有することができるように，「共生」の視点を踏まえた指導が大切です。

「保健に関わる基本的な技能」

第5・6学年の「心の健康」「けがの防止」に技能の内容が示されています。

◆ 【「心の健康」 ア 知識及び技能 (ウ) 不安や悩みへの対処】



「呼吸法」(体ほぐしの運動や深呼吸)

◆ 【けがの防止」 ア 知識及び技能 (イ) けがの手当】



「傷口を清潔にする，圧迫して出血を止める，患部を冷やす」

「学びに向かう力，人間性等」の指導内容について

運動領域においては，「学びに向かう力，人間性等」に対応した公正，協力，責任，参画，共生及び健康・安全の具体的な指導内容が示されています。

例： 互いの役割を決めて観察し合ったり，教え合ったりするなど，学習の仕方や約束を守り，仲間と助け合うこと【第3・4学年 器械運動】

体 育 科

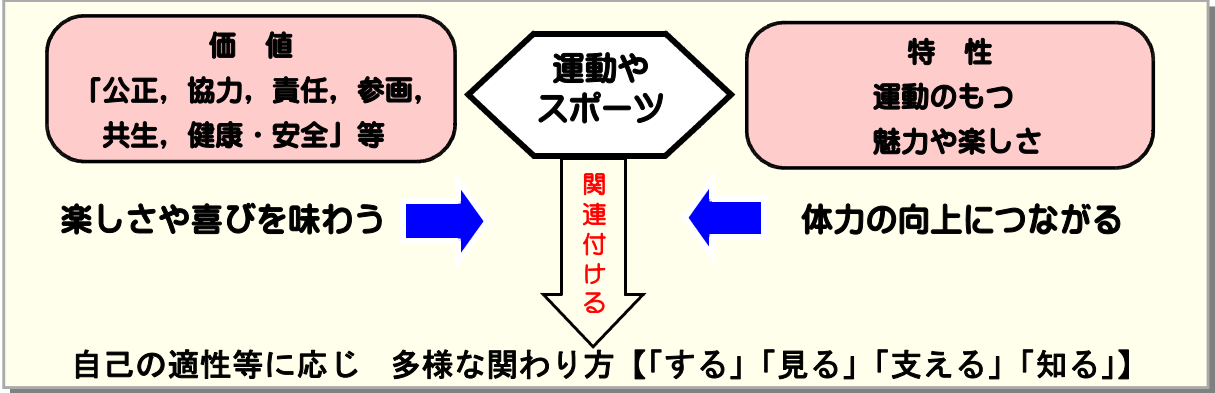
(小学校)

Q 6 体育や保健の見方・考え方とはどのようなことですか。

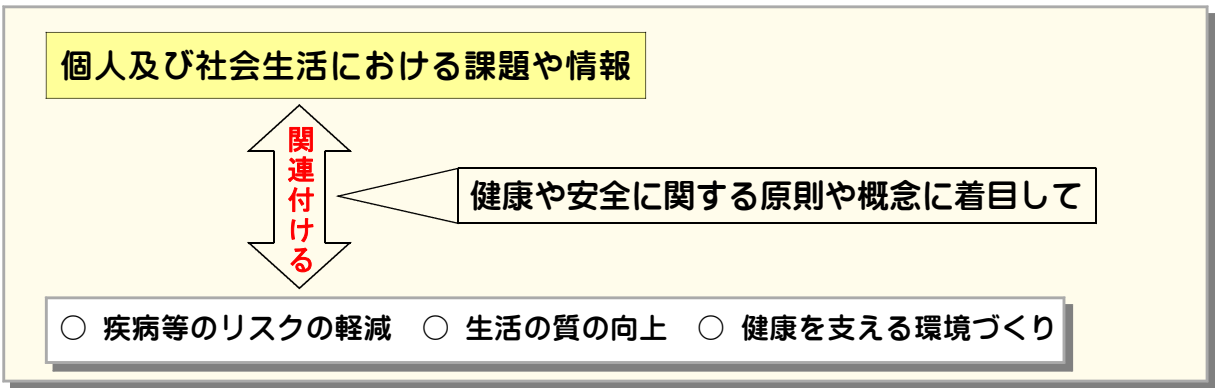
A 6 体育の見方・考え方は、運動やスポーツをその価値や特性に着目して、楽しさや喜びとともに体力の向上に果たす役割の視点から捉え、自己の特性等に応じた「する・みる・支える・知る」の多様な関わり方と関連付けることです。
保健の見方・考え方は、個人及び社会生活における課題や情報を、健康や安全に関する原則や概念に着目して捉え、疾病等のリスクの軽減や生活の質の向上、健康を支える環境づくりと関連付けることです。

◆ 体育や保健の見方・考え方を働かせることを通して、「各種の運動がもたらす体の健康への効果はもとより心の健康も運動と密接に関連している」ことを実感できるようにし、生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力を育むことが大切であることを強調したものです。

体育の「見方・考え方」



保健の「見方・考え方」



体 育 科

(小学校)

Q 7 指導計画の作成において留意することは何ですか。

A 7 体育の指導計画の作成の留意点として、一つには、一部の領域の指導に偏らないように授業時数を配当することです。二つには、低学年においては、生活科など他の教科の内容と関連付けて、弾力的な時間割の設定を行うことです。三つには、障害のある児童などに対して、学習内容の変更や代替を安易に行わないようにし、学習負担や心理面に配慮することです。

低学年における他教科や幼稚園教育との関連について

低学年においては、幼稚園教育要領等に示す幼児期の終わりまでに育ってほしい姿との関連を考慮することや、特に、小学校入学当初においては、生活科を中心とした合科的・関連的な指導や弾力的な時間割の設定を行うなどの工夫が大切です。

例えば、生活科の「学校、家庭及び地域の生活に関する内容」と関連づけ、施設や用具の安全に気を付けて、運動遊びができるようにしたり、水遊びの心得を守るなどの危険を回避することができるようにしたりすることなどが考えられます。

幼稚園等において幼稚園教育要領等に示す幼児期の終わりまでに育ってほしい姿を考慮した指導が行われていることを踏まえ、例えば、「健康な心と体」、「道徳性・規範意識の芽生え」、「豊かな感性と表現」など幼児期の終わりまでに育ってほしい姿との関連を考慮し、体を使った遊びの要素を取り入れて楽しく運動遊びに取り組み、健康な心と体の育成を図ることなどが考えられます。

障害のある児童についての指導方法の工夫について

障害のある児童などについては、学習活動を行う場合に生じる困難さに応じた指導内容や指導方法を計画的、組織的に行うことが大切です。

運動領域における指導に当たっては、当該児童の運動（遊び）の行い方を工夫することや活動の場や用具、補助の仕方に配慮することが大切です。また、保健領域に新たに示された「不安や悩みの対処」、「けがの手当て」などの技能の実技指導については、運動領域の指導と同様に配慮することが大切です。

【授業における配慮の例】

- 複雑な動きをしたり、バランスを取ったりすることに困難がある場合
 - ・ 動きを細分化して指導したり、適切に補助しながら行ったりするなどの配慮をする。
- 勝ち負けに過度にこだわったり、負けた際に感情を抑えられなかったりする場合
 - ・ 活動の見通しを立ててから活動させたり、勝ったときや負けた時の表現の仕方を事前に確認したりするなどの配慮をする。

Q 8 体づくり運動系の学習に求められていることは何ですか。

A 8 低学年は、体を動かす楽しさや心地よさを味わうとともに、伸び伸びと体を動かしながら基本的な動きを身に付けることです。
中学年は、体を動かす楽しさや心地よさを味わうとともに、更に多様な動きを身に付けたり、動きの質を高めたりすることです。
高学年は、運動の楽しさや喜びを味わうとともに、中学年までに身に付けた体の基本的な動きを基に、様々な体の動きを高めることです。

【体づくり運動系の内容の構成】

- 体づくり運動遊び
 - 低学年… ア 体ほぐしの運動遊び
 - イ 多様な動きをつくる運動遊び
 - (ア) 体のバランスをとる運動遊び (イ) 体を移動する運動遊び
 - (ウ) 用具を操作する運動遊び (エ) 力試しの運動遊び
- 体づくり運動
 - 中学年… ア 体ほぐしの運動
 - イ 多様な動きをつくる運動
 - (ア) 体のバランスをとる運動 (イ) 体を移動する運動
 - (ウ) 用具を操作する運動 (エ) 力試しの運動
 - (オ) 基本的な動きを組み合わせる運動
- 体づくり運動
 - 高学年… ア 体ほぐしの運動
 - イ 体の動きを高める運動
 - (ア) 体の柔らかさを高めるための運動 (イ) 巧みな動きを高めるための運動
 - (ウ) 力強い動きを高めるための運動
 - (エ) 動きを持続する能力を高めるための運動



- 1 低学年の領域名は「体づくりの運動」から「体づくり運動遊び」に変更されています。中・高学年においては、現行どおりの「体づくり運動」と整理されています。**低学年は他領域に合わせて「遊び」で統一したからです。**
- 2 高学年のイは「体力を高める運動」から「体の動きを高める運動」と変更されています。「体の動きが高まることは、結果として体力が高まる」という考え方です。**授業の目的は、体の動きを高めることです。**

体 育 科

(小学校)

Q 9 器械運動系の学習に求められていることは何ですか。

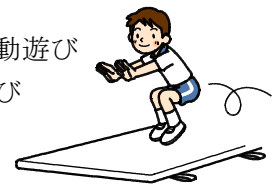
A 9 低学年は、器械・器具を使つての運動遊びの楽しさに触れ、その行い方を知るとともに、回転、支持、逆さ姿勢、ぶら下がり、振動、手足での移動などの基本的な動きや技能を身に付けるようにし、中学年の器械運動の学習につなげていくことです。

中学年は、器械運動の楽しさや喜びに触れ、その行い方を知るとともに、マット運動、鉄棒運動、跳び箱運動などの基本的な動きや技を身に付けるようにし、高学年の器械運動の学習につなげていくことです。

高学年は、器械運動の楽しさや喜びを味わい、その行い方を理解するとともにマット運動、鉄棒運動、跳び箱運動などの中学年で学習した基本的な技を安定して行ったり、その発展技や更なる発展技に取り組んだり、それらを組み合わせたりして技を身に付けるようにし、中学校の器械運動の学習につなげていくことです。

【器械運動系の内容の構成】

- 器械・器具を使つての運動遊び
 - 低学年… ア 固定施設を使った運動遊び イ マットを使った運動遊び
 - ウ 鉄棒を使った運動遊び エ 跳び箱を使った運動遊び
- 器械運動
 - 中学年… ア マット運動 イ 鉄棒運動 ウ 跳び箱運動
- 器械運動
 - 高学年… ア マット運動 イ 鉄棒運動 ウ 跳び箱運動



技の系統性について

中・高学年の「知識及び技能」の内容においては、**マット運動では回転系や巧技系、鉄棒運動では支持系、跳び箱運動では切り返し系、回転系**としており、**技の系統性**を踏まえて表記しています。

基本的な技について

中学年における「基本的な技」とは、類似する技のグループの中で、最も初歩的で優しい技でありながら、グループの技に共通する技術的課題をもっていて、当該学年で身に付けておきたい技のことです。

発展技について

高学年の回転系、接転技群、前転グループ発展技等の例示に示されている技は、全て発展技となっています。基本的な技は中学年に整理されています。

体 育 科

(小学校)

Q10 陸上運動系の学習に求められていることは何ですか。

A10 低学年は、走・跳の運動遊びの楽しさに触れ、その行い方を知るとともに、いろいろな方向へ走ったり、低い障害物を走り越えたり、前方や上方に跳んだり、連続して跳んだりするなどの基本的な動きを身に付けるようにし、中学年の走・跳の運動の学習につなげていくことです。

中学年は、走・跳の運動の楽しさや喜びに触れ、その行い方を知るとともに、かけっこ・リレー、小型ハードル走、幅跳び、高跳びなどの基本的な動きや技能を身に付けるようにし、高学年の陸上運動の学習につなげていくことです。

高学年は、陸上運動の楽しさや喜びを味わい、その行い方を理解するとともに、短距離走・リレー、ハードル走、走り幅跳び、走り高跳びなどの基本的な技能を身に付けるようにし、中学校の陸上競技の学習につなげていくことです。

【陸上運動系の内容の構成】

- 走・跳の運動遊び
低学年… ア 走の運動遊び イ 跳の運動遊び
- 走・跳の運動
中学年… ア かけっこ・リレー イ 小型ハードル走 ウ 幅跳び エ 高跳び
- 陸上運動
高学年… ア 短距離走・リレー イ ハードル走 ウ 走り幅跳び エ 走り高跳び

1 走・跳に関する運動の例示について、以下の内容が変更されています。

【低学年】	(ア 走の運動遊び)	30～40m程度	のかけっこ
【中学年】	(ア かけっこ・リレー)	30～50m程度	のかけっこ
	(イ 小型ハードル)	30～40m程度	の小型ハードル走
	(ウ 幅跳び)	5～7歩	程度の助走
【高学年】	(ア 短距離・リレー)	40～60m程度	の短距離走
	(イ ハードル走)	40～50m程度	のハードル走
	(ウ 走り幅跳び)	インターバルを3歩または5歩	7～9歩のリズミカルな助走



走に関する例示の距離は、低・中・高学年いずれも現行より短い距離になっています。これは、1回の走る距離を長くするより、短い距離で走る回数を増やすことの方が、体力、走力の向上につながりやすいという意図です。

2 内容の取扱いに「陸上運動系の学習については、児童の実態に応じて『投』の運動（遊び）を加えて指導することができる」と新たに加わっています。

Q11 水泳運動系の学習に求められていることは何ですか。

A11 低学年は、水遊びの楽しさに触れ、その行い方を知るとともに、水慣れを通して不安感を取り除き、水の心地よさを味わうことからはじめ、水の中を移動すること、もぐる・浮くことなどの基本的な動きを身に付けるようにし、中学年の水泳運動の学習につなげていくことです。

中学年は、水泳運動の楽しさや喜びに触れ、その行い方を知るとともに、け伸びや初歩的な泳ぎ、もぐる・浮くことなどの基本的な動きや技能を身に付けるようにし、高学年の水泳運動の学習につなげていくことです。

高学年は、水泳運動の楽しさや喜びを味わい、その行い方を理解するとともに、手と足の動かし方や呼吸動作などの基本的な技能を身に付けるようにし、中学校の水泳の学習につなげていくことです。

【水泳運動系の内容の構成】

- 水遊び
低学年… ア 水の中を移動する運動遊び イ もぐる・浮く運動遊び
- 水泳運動
中学年… ア 浮いて進む運動 イ もぐる・浮く運動
- 水泳運動
高学年… ア クロール イ 平泳ぎ ウ 安全確保につながる運動

安全確保につながる運動について

安全確保につながる運動では、その行い方を理解するとともに、背浮きや浮き沈みをしながら、タイミングよく呼吸をしたり、手や足を動かしたりして、続けて長く浮くことができるようにする。 【学習指導要領解説体育編 第2節 各学年の目標及び内容(一部抜粋)】

下線部の「続けて長く浮くことができるように」という言葉が新たに加われました。この内容の学習では泳ぐことではなく、浮くことが大切です。例示には、10～20秒程度を目安とした背浮きと3～5回程度を目安にした浮き沈みが示されています。



体 育 科

(小学校)

Q12 ボール運動系の学習に求められていることは何ですか。

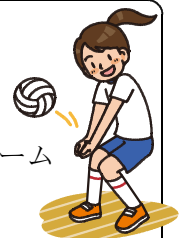
A12 低学年は、ゲームの楽しさに触れ、その行い方を知るとともに、攻めと守りに関する課題を解決するために、簡単なボール操作と攻めや守りの動きによって易しいゲームをしたり、一定の区域で鬼遊びをしたりすることができるようにし、中学年のゲームの学習につなげていくことです。

中学年は、ゲームの楽しさや喜びに触れ、その行い方を知るとともに、基本的なボール操作とボールを持たないときの動きによって、易しいゲームをすることができるようにし、高学年のボール運動の学習につなげていくことです。

高学年は、集団対集団の攻防によって競争する楽しさや喜びを味わい、その行い方を理解するとともに、ボール操作とボールを持たないときの動きによって、簡易化されたゲームをすることができるようにし、中学校の球技の学習につなげていくことです。

【ボール運動系の内容の構成】

- ゲーム
低学年… ア ボールゲーム イ 鬼遊び
- ゲーム
中学年… ア ゴール型ゲーム イ ネット型ゲーム ウ ベースボール型ゲーム
- ボール運動
高学年… ア ゴール型 イ ネット型 ウ ベースボール型



中学年におけるゴール型ゲームについて

(3) 内容の「E ゲーム」の(1)のアについては、味方チームと相手チームが入り交じって得点を取り合うゲーム及び陣地を取り合うゲームを取り扱うものとする。

【学習指導要領解説体育編 第2節 各学年の目標及び内容 第3学年及び第4学年 3内容の取扱い】

中学年の「ゴール型ゲーム」については、ハンドボール、ラインサッカー、フットサルなどを基にした易しいゲームやタグラグビー、フラッグフットボールなどを基にした易しいゲームを取り扱うこととなります。

高学年におけるボール運動について

(5) 内容の「E ボール運動」の(1)については、アはバスケットボール及びサッカーを、イはソフトバレーボールを、ウは、ソフトボールを主として取り扱うものとするが、これらに替えてハンドボール、タグラグビー、フラッグフットボールなどをア、イ及びウの型に応じたその他のボール運動を指導することができる。

【学習指導要領解説体育編 第2節 各学年の目標及び内容 第3学年及び第4学年 3内容の取扱い】

体 育 科

(小学校)

Q13 表現運動系の学習に求められていることは何ですか。

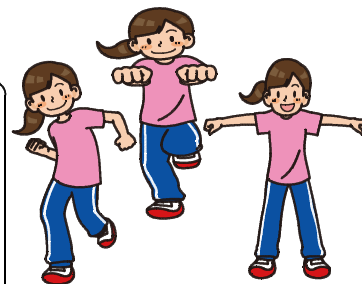
A13 低学年は、表現リズム遊びの楽しさに触れ、その行い方を知るとともに、表現遊びとリズム遊びの両方の遊びを豊かに体験する中で、即興的な身体表現能力やリズムに乗って踊る能力、コミュニケーション能力などを培えるようにし、中学年の表現運動の学習につなげていくことです。

中学年は、表現運動の楽しさや喜びに触れ、その行い方を知るとともに、題材の特徴を捉えた多様な感じの表現と全身でリズムに乗って踊る学習を通して、即興的に表現する能力やリズムに乗って踊る能力、友達と豊かに関わり合うコミュニケーション能力などを培えるようにし、高学年の「表現運動」の学習につなげていくことです。

高学年は、表現では、更に個人やグループの持ち味を生かした簡単なひとまとまりの動きにして、仲間と表したい感じを込めて通して踊る力を培うとともに、フォークダンスでは、日本の地域や世界の国々で親しまれてきた日本の民謡や国の踊りを身に付けて、日本の地域や世界の文化に触れながら踊りで交流する力を培い、中学校のダンスの学習につなげていくことです。

【表現運動系の内容の構成】

- 表現リズム遊び
低学年… ア 表現遊び イ リズム遊び
- 表現運動
中学年… ア 表現 イ リズムダンス
- 表現運動
高学年… ア 表現 イ フォークダンス(日本の民謡を含む)



低学年の「身近な題材」について

低学年の児童の発達段階に応じて、動物や乗り物など、身近で関心が高く、特徴が捉えやすく具体的な動きを多く含む題材がふさわしいです。

中学年の「身近な生活などの題材」について

中学年の児童の発達段階に応じて、「具体的な生活からの題材」やそれと対比する「空想の世界からの題材」など、ダイナミックで変化に富んだ多様な表現に取り組みやすい題材がふさわしいです。

高学年の「いろいろな題材」について

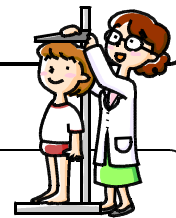
高学年の児童の発達段階に応じて、「激しい感じの題材」「群（集団）が生きる題材」などの変化と起伏のある表現へ発展しやすい題材と、題材を一つに固定しない、幅の広い捉え方や動きを含む題材がふさわしいです。

体 育 科

(小学校)

Q14 保健領域の内容はどのようになっていますか。

A14 第3学年・第4学年では、「健康な生活」及び「体の発育・発達」に内容名が変更になっています。また、「知識」と「思考力、判断力、表現力等」の指導内容が明確になっています。第5学年・第6学年では、内容名の変更はありませんが、「心の健康」及び「けがの防止」については、「技能」の指導内容が新たに示されているのが特徴です。



【保健領域の内容の構成】

第3学年・第4学年…	(1) <u>健康な生活</u>	(2) <u>体の発育・発達</u>	
	↓	↓	
	【第3学年で取り扱うこと】	【第4学年で取り扱うこと】	
第5学年・第6学年…	(1) <u>心の健康</u>	(2) <u>けがの防止</u>	(3) <u>病気の予防</u>
	↓	↓	↓
	【第5学年で取扱うこと】	【第6学年で取り扱うこと】	

—【第1章総説 2 体育科改訂の趣旨及び要点 (2) 体育科改訂の趣旨】—

- ⑥ 自己の運動の保持増進や「回復」等に関する内容を明確化し、「技能」に関連して心の健康、けがの防止の内容の改善を図るとともに、運動領域との一層の関連を図った内容等について改善すること。

下線部：主な改訂箇所

保健領域の内容と運動領域との関連

第3学年・第4学年

「健康な生活と運動」及び「体の発育・発達と適切な運動」について学習したことを、運動領域の各領域において関係付けて学習させることによって、児童が運動と健康が密接に関連していることについて、考えをもてるようにすることが大切です。特に、「体の発育・発達」については、児童が「生涯に通じて骨や筋肉などを丈夫にする効果が期待されること」の知識を習得したことを、運動領域の「体づくり運動」の「跳ぶ、はねるなどの動きで構成される運動」を通じて行うなど、運動と健康との関連について具体的な考えをもてるように配慮することが大切です。

第5学年・第6学年

「心の健康と運動」及び「病気の予防の運動の効果」について学習したことを、「体づくり運動」や他の運動領域とを関連付けて学習させることが大切です。特に、児童が「病気の予防」について、全身を使った運動を日常的に行うことが、大人になってからの病気の予防の方法としても重要であることを理解することと、各運動領域において学習したことを基に日常的に運動に親しむことを関連付けるなど、運動と健康との関連について具体的な考えをもてるように配慮することが大切です。